

炭酸まんじゅう

1 材料（20個分）

A	卵	1個
	牛乳	200cc
	水	40cc
	炭酸	10g
	ベーキングパウダー	10g
小麦粉	500g	
砂糖	180g	
★あんこ	800g	

（20個分なので、なすみそあんを作る時は半分にする。）

★なす味噌あん	なす	4～5個位
	みそ	200g
	砂糖	130g
	すりごま	大さじ6～7

手粉 200g程度

2 作り方（下準備 小麦粉・砂糖はあわせてふるいでよく振っておく。）

- ① Aをミキサーでよく混ぜる。
- ② 小麦粉の中へ①を入れ、さっくり混ぜる。
- ③ 手粉をひろげたバットの上に②の生地を乗せ、手粉で折りたたむようにする。ひとまとめにしたら、ラップをかぶせに、20分位生地をねかせる。
- ④ あんこを40g位ずつに丸めておく。
- ⑤ ③の生地を50gの大きさにちぎり、よく丸めその生地を平らにし、あんこを乗せしだいに丸めていく。
- ⑥ ⑤の丸めたものを蒸気のあがった蒸し器の中に入れ、霧吹きをして、（大きく膨らむので、間隔をあけて）13～15分位蒸す。（時間が長すぎると、破裂するので気をつける。）

●まぜるポイント

さっくりと、こねないように混ぜること。

※ なすみそあんの作り方

- ① なすは洗って1cmの輪切りにする。
- ② すり鉢でごまをつぶが少し残る位すり、みそ・砂糖を入れする。
(20等分する。)
- ③ 生地を平らにして②のみそ・なすの順に入れて包む。